

LOS HOMBRES , LA SEPARACIÓN Y SUS CONSECUENCIAS

Hasta el día cuatro de enero del año 2002, para Mauricio Salamanca llegar a su casa después de trabajar todo el día en el banco, era la parte más reconfortante del día. Pero esa tarde, Mauricio le avisó a su señora que se demoraría más de lo esperado en la oficina. Una vez en su casa, no vio el auto en la entrada. Preocupado, se apuró en entrar, pero allí no había nada, ni nadie. Su esposa lo había abandonado.

El caso de Mauricio no es aislado, porque forma parte de las miles de separaciones que se producen al año a nivel mundial. De acuerdo a las estadísticas, dos de cada tres matrimonios que se realizan en la actualidad corren serio peligro de desintegrarse. En Chile, de acuerdo a las cifras que maneja el Registro Civil de Identificación, las nulidades matrimoniales superaron las siete mil el año pasado.

Lo cierto es que esta realidad deja desamparados a muchos hombres que sufren por el rompimiento de una relación sentimental que formaba parte de su proyecto de vida, ya que la sociedad los estigmatiza de duros y fuertes, lo que los priva de llorar y pedir ayuda en este doloroso proceso, que se hace lento y difícil de sobrellevar.

Salvando Etapas

Tradicionalmente, se cree que las mujeres son las que más sufren con el término de una relación afectiva, debido a que valoran más que los varones todo lo que se refiere a la parte sentimental y de entrega en la pareja. Pero lo cierto es que son los hombres los que resultan más malheridos al

enfrentar la separación, ya que son más vulnerables ante la privación de los afectos.

Así lo explica el terapeuta familiar, Víctor Sforzini. "De manera contradictoria y casi anecdótica, son los hombres los que más resienten el termino de la relación, a pesar de que no le dan tanta importancia a la parte afectiva. Lo que ocurre es que son más débiles ante la privación emocional y no están preparados para resistirla".

De acuerdo a lo que explica el profesional, la reacción de las personas tras haberse visto enfrentadas a una separación se asocia a la que se vive cuando muere un ser querido, por lo que también recibe la denominación de luto. "Lo primero que se produce tras la pérdida es la rabia, de echarle la culpa a la persona que se va porque de alguna manera te abandona. Igual que en el duelo. Sientes que te dejan solo y eso genera enojo".

Eso fue precisamente lo que le pasó a Mauricio, que primero sintió furia contra esa persona que lo había acompañado por años y que un día decidió tomar sus cosas, a la hija de ambos y partir de su lado. "Es difícil decir cuáles fueron los sentimientos que me invadieron en ese momento, pero la ira fue la que primo por sobre los demás. Después vino la tristeza, el dolor y la soledad".

Normalmente, el siguiente sentimiento es el de la culpa, que viene seguido por el deseo de regresar con la pareja. Aquí llegan los arrepentimientos por lo que no se hizo en su momento, lo que desemboca en la frustración. "En todo este proceso, que está dominado por el dolor y la tristeza, la reacción normal es que se tienda a recuperar el objeto perdido, sobre todo si es el hombre el que ha

sido abandonado, y aún siente amor por esa persona que se fue. Esto se da en la mayoría de los casos. La excepción está en las parejas que han terminado muy mal, pero que son las menos".

Sin Salida

La depresión es normal dentro de este proceso de duelo, sobre todo cuando los hombres no logran recobrar a su pareja y se sienten poco valorados. Pero todo tiene su tiempo, y si este sentimiento se prolonga puede venir una tristeza patológica, que es en buenas cuenta la depresión. "Cuando las personas no saben sobrellevar esta etapa, la depresión se vuelve profunda y estos hombres se sienten como en un callejón sin salida. En algunos casos es tanta la sensación de no poder salir adelante, que incluso pueden llegar hasta el suicidio por amor, lo que en realidad está mal denominado, porque lo que lleva a esta decisión no es el amor, sino la imposibilidad de poder llevar el duelo". Este hecho se produce porque de alguna manera la pérdida de la pareja gatilla que aparezcan las "trancas" del pasado, que tienen que ver con factores como la relación con los padres, si vivió la experiencia de la separación o el abandono cuando niño o si hubo maltrato o falta de afecto en esa etapa.

"El plazo máximo que dura un duelo está entre un año y un año y medio. Lo normal sería que durara entre tres y ocho meses desde la separación o de la pérdida. Para poder lograrlo, lo fundamental es saber liquidar una situación afectiva, aunque ello conlleve dolor", explica el profesional.

Mauricio reconoce que enfrentarse a la posibilidad de tener

otra pareja le costó demasiado, porque sentía que de alguna manera estaba faltando a sus principios, y casi lo sentía como una venganza más que como algo que realmente él quisiera. "No fue nada gratificante estar con otra persona", comenta.

De acuerdo a lo que explica el terapeuta, el rompimiento deja en el hombre muchas inseguridades, que se proyectan sobre todo en la parte sexual, que es el "símbolo" de lo masculino en nuestra cultura.

"Hay hombres que debido a la separación comienzan con disfunciones sexuales importantes, como la impotencia o la eyaculación precoz, y es todo causa de la inseguridad y la falta de autoestima que les deja el abandono". Sin embargo, hay quienes reaccionan de manera contraria y buscan reafirmar su masculinidad con otras mujeres. "Otra de las reacciones que encontramos es la del hombre que se convence de su condición de 'mejor amante' y comienza a llamar a todas sus ex. Esto lo hace en definitiva para reivindicarse frente a sí mismo y recuperar su seguridad". Como lo que explica Sforzini, una vez superada la etapa del duelo, más del 90 por ciento de los hombres vuelven a entablar relaciones de pareja estable. "Uno de los hechos con que debe tenerse precaución es cuando estos hombres comienzan a repetir los errores de su anterior matrimonio, como también el modelo. Esto se denomina Compulsión a la Repetición, y para superarlo deben recurrir a la terapia, para poder determinar qué factor es el que la produce". En la mayoría de los casos, estas anomalías son presentadas por hombres que en su familia vivieron la sobreprotección, castigos muy duros y falta de afecto. "En algunos casos existe incluso la ausencia total de los padres en la crianza, por lo que esa persona queda dañada, lo que lleva

a un modelo patológico que se repite cada vez con mayor frecuencia".

Como manifiesta el profesional, las bases de nuestra personalidad son formadas en el seno familiar, por lo que el imperante egoísmo, la violencia en los hogares y los tratos vejatorios entrenan a las personas de manera equivocada, al revés, para enfrentar la vida en familia.

Por su parte Mauricio, después de casi dos años de haberse separado de hecho, espera poder terminar con los sentimientos encontrados que tiene todavía por su señora, para poder estar listo para formar una nueva pareja. Por el momento, sigue pensando sólo en trabajar para llenar las horas de soledad que tiene en su vida.

"Un día me quede trabajando hasta tarde y cerca de las 2:00 de la mañana uno de los supervisores pasó por mi escritorio y me ofreció un vale de radio taxi para poder irme a casa. Yo lo mire y le dije: 'Cuando necesité un vale no me lo dieron. Ahora ya no lo necesito'. Después de eso, me quede toda la noche y el día siguiente en mi puesto". De acuerdo a la opinión del profesional, es urgente que aprendamos a entrenarnos en el amor y el respeto por la pareja, para así poder construir y no destruir desde la familia. **"Tenemos que aprender a educarnos en el amor para poder amar a los demás"**.

Corporación Padres por Siempre" Atendemos sus conflictos de familia"
AHUMADA Nº 370 · OFICINA: 704 · TELÉFONO: 671 62 46 · SANTIAGO-CHILE